

Formations journalières 25/26

Date	Titre de la formation	Lieu	Formateur-trice	Descriptif de la formation
15.11.2025 09h30 - 12h30	Faire place aux filles : redessignons les lignes du jeu !	Vieux-Moulin, Lausanne	Emily Sarasin	Tu constates peu de participation féminine dans les espaces IdéeSport ? Tu souhaites que chacun-e s'y sente à sa place ? Cette formation outille les Seniorcoaches et les Chef-fe-s de projet pour encourager la présence des filles dans les espaces de sport libre. À travers des activités, jeux de rôle et échanges, tu exploreras les stéréotypes de genre, l'image corporelle à l'adolescence et ta posture d'encadrant-e, afin de lever les freins et promouvoir un cadre inclusif et valorisant. Tu repartiras avec des outils concrets, une « self check-list » et des pistes pour faire évoluer les pratiques avec ton équipe.
15.11.2025 09h30 - 12h30	Défis et collaboration	Vieux-Moulin, Lausanne	Jeremy Blatti	Cette formation a pour objectif de t'apporter des outils et des idées pour concevoir des activités sous forme de défis ou de jeux collaboratifs. Elle t'aidera à mieux comprendre le lien entre les dimensions physiques (condition et coordination) et psychiques (émotions et stratégie) nécessaires à la réussite des activités. Tu pourras également analyser l'impact de la présentation d'une activité sous forme de compétition ou de collaboration sur les participant-e-s.
15.11.2025 09h30 - 12h30	Comment sensibiliser les participant-e-s à la différence ? <i>(uniquement pour les CP/SC de projets OpenSunday)</i>	Vieux-Moulin, Lausanne	Procap	Cette formation vise à offrir les outils nécessaires pour sensibiliser les participant-e-s à la différence et à favoriser une meilleure inclusion dans le cadre des activités OpenSunday. Elle permettra de réfléchir ensemble à la manière d'adapter des jeux et des espaces pour les rendre accessibles à tou-te-s et de partager des idées et de bonnes pratiques. En parallèle, l'objectif est de créer collectivement un événement de sensibilisation à l'inclusion à proposer dans les projets.
15.11.2025 13h30 - 16h30	Quelles activités ont du succès et qu'en est-il de la sécurité en salle?	Vieux-Moulin, Lausanne	Martino Guzzardo Jeremy Blatti Vanessa Prince	Cette formation a pour objectif de recenser et partager les activités qui ont le plus de succès de vos projets, afin de commencer à bâtir un véritable catalogue d'idées inspirantes et réutilisables. Elle offrira également un temps de travail pratique en salle pour consolider les bases essentielles en matière de sécurité, garantissant ainsi des environnements sûrs et adaptés pour tous les participant-e-s.
18.11.2025 19h00 - 21h00	Webinaire pour nouveaux et nouvelles SC	En ligne	Martino Guzzardo	Cette formation, conçue spécialement pour les nouveaux-elles senior coach-es, t'invite à réfléchir à ton rôle au sein de la Fondation IdéeSport et à l'impact qu'il peut avoir sur les jeunes et la communauté. Elle te permettra également d'approfondir ta compréhension de ta mission dans le projet et de clarifier les attentes liées à ta fonction.
06.12.2025 09h30 - 12h30	Comment réagir dans des situations problématiques?	Bureau IdéeSport, Lausanne	Anthony Richard	« Mieux vaut prévenir que guérir ». Pourtant, il arrive d'être confronté à des groupes difficiles : indiscipline, incidents, voire violences. Il est alors essentiel de savoir réagir. Cette formation te fournira des outils concrets pour intervenir rapidement et efficacement. De l'analyse des risques à la communication de crise, tu gagneras en assurance dans ton rôle auprès des enfants et des jeunes que tu encadres.
06.12.2025 13h30 - 16h30	Bienvenue dans le monde de la gestion de projet	Bureau IdéeSport, Lausanne	Vanessa Prince	Sans toujours t'en rendre compte, ton rôle de chef-fe de projet ou de seniorcoach t'amène à gérer chaque semaine un nouveau projet. Cette formation t'invitera à plonger dans l'univers de la gestion de projet. Tu y découvriras les bases, les étapes clés (cycle de projet) et un focus sera mis sur la planification, particulièrement pertinente pour tes activités chez IdéeSport. Des outils et ressources te seront également présentés pour faciliter ton travail, soutenir ton équipe et mieux valoriser vos projets.
13.12.2025 13h30 - 16h30	Atelier Stop Suicide	Bureau IdéeSport Lausanne	Stop Suicide	Tout le monde traverse des moments difficiles où tout s'accumule et où l'on a besoin de soutien. Mais comment s'entraider entre jeunes ? Comment accompagner celles et ceux qu'on encadre tout en respectant ses propres limites ? Nous explorerons des pistes pour repérer le mal-être, aborder la question des idées suicidaires et mieux orienter vers les ressources adaptées. L'objectif est de te rendre plus à l'aise face à ces situations en te familiarisant avec les outils et soutiens disponibles. Cette sensibilisation se compose de trois parties : - Discussion autour des idées reçues sur le suicide - Réflexion sur une situation concrète - Présentation de conseils de prévention et des ressources d'aide
17.01.2026 09h30 - 12h30	Valoriser vos apprentissages dans le cadre d'IdéeSport	Bureau IdéeSport, Lausanne	Martino Guzzardo	Qu'as-tu appris depuis que tu travailles chez IdéeSport ? Peux-tu exprimer clairement les connaissances et compétences que tu as acquises pour mieux te valoriser auprès de futurs employeurs ? Cette formation a pour but de t'accompagner dans cette démarche en t'offrant un cadre et des outils adaptés.
17.01.2026 13h30 - 16h30	Promotion de la santé et prévention des dépendances: Et si cela devenait amusant?	Bureau IdéeSport, Lausanne	Vanessa Prince Emily Sarasin	Cette formation t'apportera des bases en promotion de la santé et en prévention. La santé est envisagée de façon globale, visant le bien-être physique, psychique et social des enfants et des jeunes pour favoriser leur épanouissement futur. Cette approche biopsychosociale aide à comprendre la complexité des addictions en considérant l'individu, le produit (ou comportement) et le contexte. Le tabac, l'alcool et le cannabis, fréquemment consommés à l'adolescence, serviront d'exemples pour illustrer la théorie. Les actions de prévention visent à renforcer les facteurs de protection et réduire les facteurs de risque, afin d'éviter ou retarder une consommation ou un comportement. La formation inclura aussi une partie pratique pour proposer des idées et montrer comment agir sur ces facteurs à tout âge, en s'appuyant sur un outil central : le jeu.